

ISTITUTO OMNICOMPRESIVO ALTO ORVIETANO – FABRO  
PROGRAMMAZIONE ANNUALE ED. FISICA CLASSE II SECONDARIA I GRADO

MACRO INDICATORI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO CURRICOLO VERTICALE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO I QUADRIMESTRE	COMPETENZE I QUADRIMESTRE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO II QUADRIMESTRE	COMPETENZE FINALI
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Saper utilizzare e trasferire le abilità, in relazione allo spazio e al tempo, per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</li> <li>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</li> </ol>	<p>Valuta elementi dello Spazio. Discrimina elementi del tempo. Percepisce il proprio corpo e le diverse potenzialità di movimento. Utilizza le proprie capacità coordinative adattando gli schemi motori di base a situazioni variate.</p>	<p>LIVELLO ESSENZIALE: L'alunno acquisisce una sufficiente consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare sufficientemente alle variabili spaziali e temporali</p> <p>LIVELLO MEDIO: L'alunno acquisisce una buona consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare in modo adeguato alle variabili spaziali e temporali</p> <p>LIVELLO AVANZATO: L'alunno acquisisce ottima consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare in modo più che buono alle variabili spaziali e temporali</p>	<p>Valuta elementi dello Spazio. Discrimina elementi del tempo. Percepisce il proprio corpo e le diverse potenzialità di movimento. Utilizza le proprie capacità coordinative adattando gli schemi motori di base a situazioni variate.</p>	<p>LIVELLO ESSENZIALE: L'alunno acquisisce una sufficiente consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare sufficientemente alle variabili spaziali e temporali</p> <p>LIVELLO MEDIO: L'alunno acquisisce una buona consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare in modo adeguato alle variabili spaziali e temporali</p> <p>LIVELLO AVANZATO: L'alunno acquisisce ottima consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare in modo più che buono alle variabili spaziali e temporali</p>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</li> <li>Saper decodificare i gesti di compagni ed avversari in situazione di gioco e di sport.</li> </ol>	<p>Conosce in maniera elementare il funzionamento del proprio corpo. Conosce le capacità fisiche sollecitate nella pratica ludico-sportiva</p>	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Utilizza sufficientemente il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p> <p>LIVELLO MEDIO: Utilizza in modo buono il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p> <p>LIVELLO AVANZATO: Utilizza in modo ottimo il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p>	<p>Conosce in maniera elementare il funzionamento del proprio corpo. Conosce le capacità fisiche sollecitate nella pratica ludico-sportiva</p>	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Utilizza sufficientemente il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p> <p>LIVELLO MEDIO: Utilizza in modo buono il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p> <p>LIVELLO AVANZATO: Utilizza in modo ottimo il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali</p>
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</li> <li>Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.</li> <li>Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</li> </ol>	<p>Acquisire la padronanza del gesto tecnico sportivo. Padroneggia il proprio corpo nel gioco organizzato e nella pratica sportiva individuale e di squadra. Conosce le principali regole di alcune discipline sportive. Utilizza le tecniche di base di alcune discipline sportive.</p>	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Comprende <u>sufficientemente</u> all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sperimenta sufficientemente diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive;</li> <li>- sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</li> </ul> <p>LIVELLO MEDIO: Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sperimenta diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive;</li> <li>- sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</li> </ul> <p>LIVELLO AVANZATO: Comprende <u>pienamente</u> all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sperimenta costruttivamente diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive;</li> <li>- sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</li> </ul>	<p>Acquisire la padronanza del gesto tecnico sportivo. Padroneggia il proprio corpo nel gioco organizzato e nella pratica sportiva individuale e di squadra. Conosce le principali regole di alcune discipline sportive. Utilizza le tecniche di base di alcune discipline sportive.</p>	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Comprende <u>sufficientemente</u> all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sperimenta sufficientemente diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive;</li> <li>- sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</li> </ul> <p>LIVELLO MEDIO: Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sperimenta diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive;</li> <li>- sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</li> </ul> <p>LIVELLO AVANZATO: Comprende <u>pienamente</u> all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sperimenta costruttivamente diverse esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive;</li> <li>- sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</li> </ul>

<p><b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p>	<p>8. Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>9. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>10. Saper disporre utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>11. Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>12. Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici</p>	<p>Ricerca un equilibrato e armonico sviluppo della propria persona. Conosce i benefici dell'attività fisica sull'organismo (paramorfismi, dimorfismi, dieta e alimentazione) e le norme di prevenzione degli infortuni in ambiente scolastico ed extrascolastico(strada) Applica le nozioni acquisite nella pratica in situazioni di sicurezza, prevenzione ed igiene. Impara a relazionarsi e a coordinarsi con gli altri. Conosce le modalità di relazione alla vita di gruppo nel rispetto delle proprie ed altrui possibilità. Applica le regole di comportamento in situazione di gioco, nel rispetto dell'altro</p>	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Si muove in modo abbastanza responsabile nell'ambiente di vita e di scuola rispettando sufficientemente alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce sufficiente consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>LIVELLO MEDIO: Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce buona consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>LIVELLO AVANZATO:</p> <p>-Si muove responsabilmente nell'ambiente di vita e di scuola rispettando pienamente alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce ottima consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p>	<p>Ricerca un equilibrato e armonico sviluppo della propria persona. Conosce i benefici dell'attività fisica sull'organismo (paramorfismi, dimorfismi, dieta e alimentazione) e le norme di prevenzione degli infortuni in ambiente scolastico ed extrascolastico(strada) Applica le nozioni acquisite nella pratica in situazioni di sicurezza, prevenzione ed igiene. Impara a relazionarsi e a coordinarsi con gli altri. Conosce le modalità di relazione alla vita di gruppo nel rispetto delle proprie ed altrui possibilità. Applica le regole di comportamento in situazione di gioco, nel rispetto dell'altro</p>	<p>LIVELLO ESSENZIALE: Si muove in modo abbastanza responsabile nell'ambiente di vita e di scuola rispettando sufficientemente alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce sufficiente consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>LIVELLO MEDIO: Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce buona consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>LIVELLO AVANZATO:</p> <p>-Si muove responsabilmente nell'ambiente di vita e di scuola rispettando pienamente alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare</p> <p>-Acquisisce ottima consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p>
---	---	--	---	--	---